

Salutogene Kommunikation mit langwierig Erkrankten

47. DEGAM-Kongress in München – 13.09.2013: S3-WS1:
Chronisch körperlich Kranke mit depressivem Beziehungsmuster
Handlungsempfehlungen für die hausärztliche Therapie
Beitrag von Theodor Dierk Petzold

„Das Leben lässt sich nur nach vorne leben –
rückblickend können wir es verstehen“ n. *Kirkegaard*

Zugrundliegende Fragen

Salutogene Kommunikation

Pathogenetisch

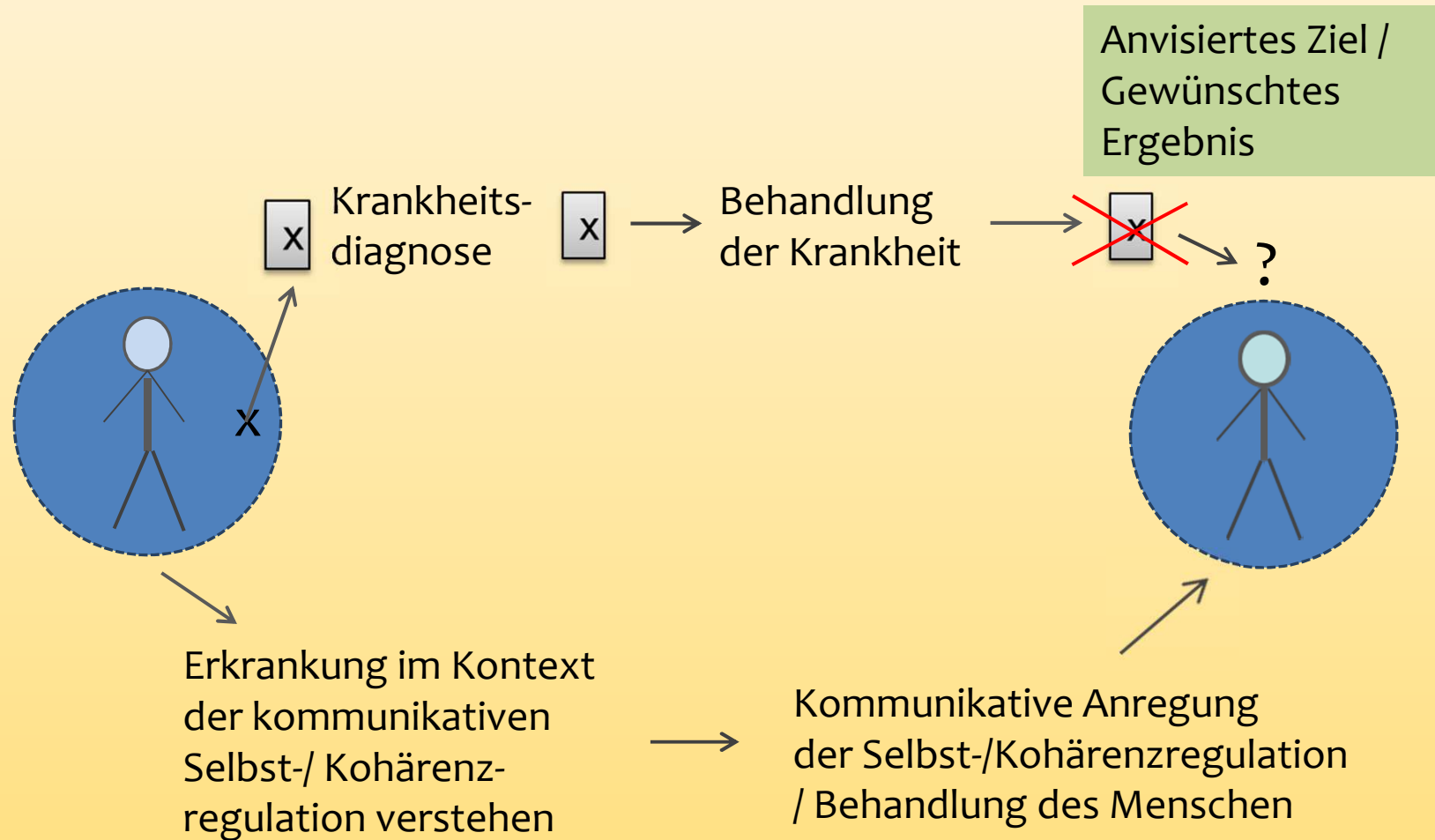
1. Was ist krank am Patienten (Diagnose)?
2. Was ist die Ursache der Krankheit?
3. Wie können wir die Krankheit bekämpfen bzw. müssen mit ihr umgehen?

Salutogenetisch

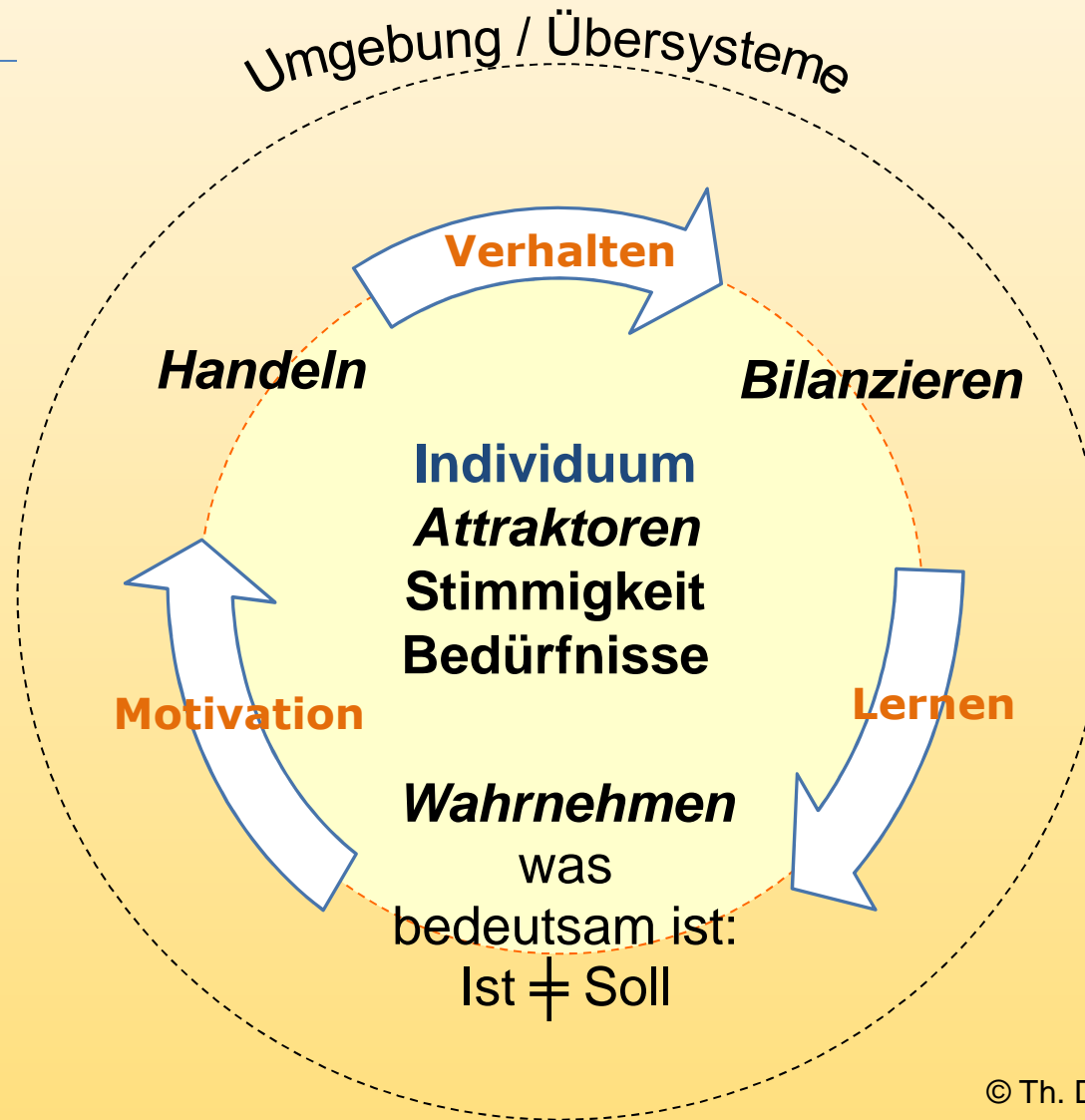
1. Was ‚fehlt‘ dem Patienten (Wohlbefinden) und wie ist es dazu gekommen?
2. Was ist o.k., gesund stimmig an ihm (Gesundheitsziele und Ressourcen)?
3. Was will und kann er (und wir) tun, damit es ihm besser geht?

Pathogenetische und salutogenetische Orientierung

Salutogenese – Wissenschaft zur Annäherung an Gesundheit



Kommunikative Selbstregulation im Kontext



Psyche und psychische Gesundheit

Definition

Die **Psyche** eines Menschen ist seine individuelle **Ganzheit** seiner Resonanzen auf seine mehrdimensionale Umgebung: körperlich, sozial, kulturell und geistig.

Seine **psychische Gesundheit** ist seine Fähigkeit, seine Bedürfnisse in seiner mehrdimensionalen Umgebung hinreichend befriedigend zu kommunizieren.

Bedürfniskommunikation und Emotionen

Aktivität:

Erregung/Lust
Dopamin

Freude
Oxytocin
Endorphine

Antwort:

Befriedigend

Bedürfnis

Serotonin

Zufriedenheit

Erregung/Lust
Dopamin

„negative“
Emotionen

z.B. Anpassung

Serotonin
vermindert

Keine direkte und
eingehende
Antwort

Bedürfnis

Resignation Depression
,Implosion‘

Emotion und Bedürfnis

Salutogene Kommunikation



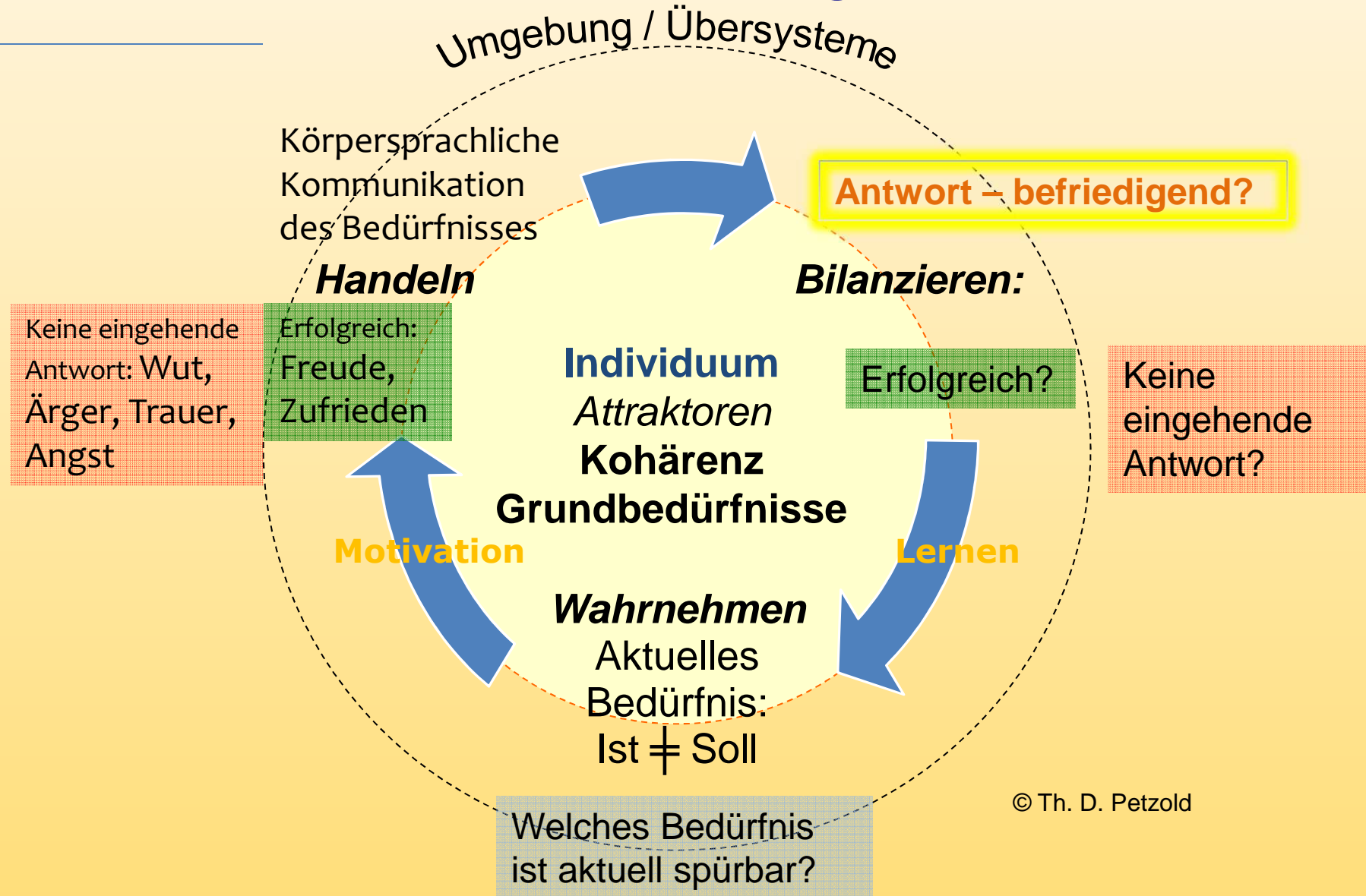
Emotion

- Trauer
- Wut
- Ärger
- Angst
- Ekel
- Freude

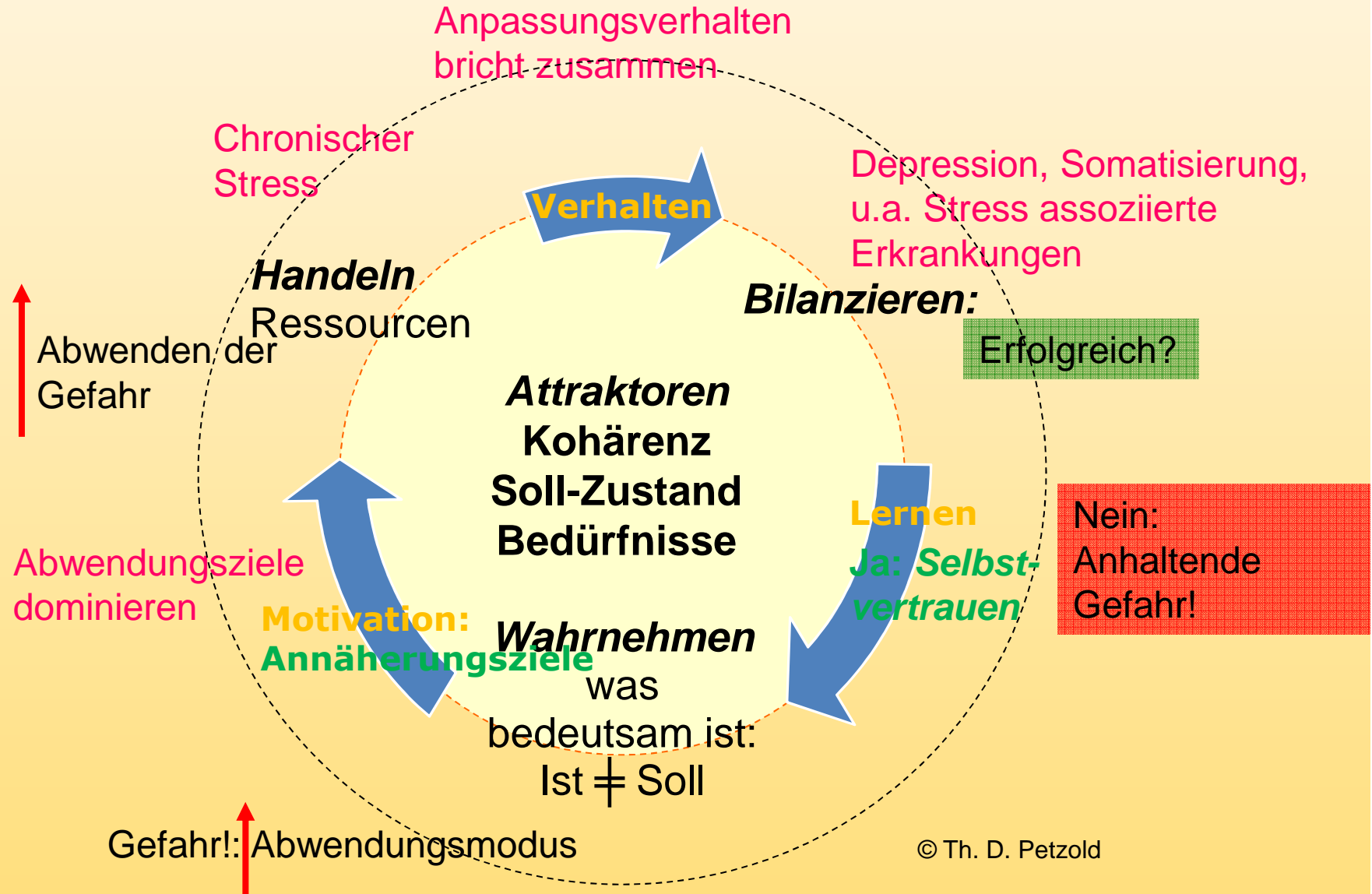
Bedürfnis

- Gefühl von Verbundenheit
- Gehört / gesehen werden
- Kooperation
- Sicherheit, Vertrauen, Mut
- Reinlichkeit
- Mehr Stimmigkeit

Bedürfniskommunikation und Emotionen in der Kohärenzregulation



Dynamisches Modell zum Verständnis von mit Stress assoziierten Symptomen



Annäherungs- und Abwendungsziele

Zwei neuropsychische motivationale Systeme

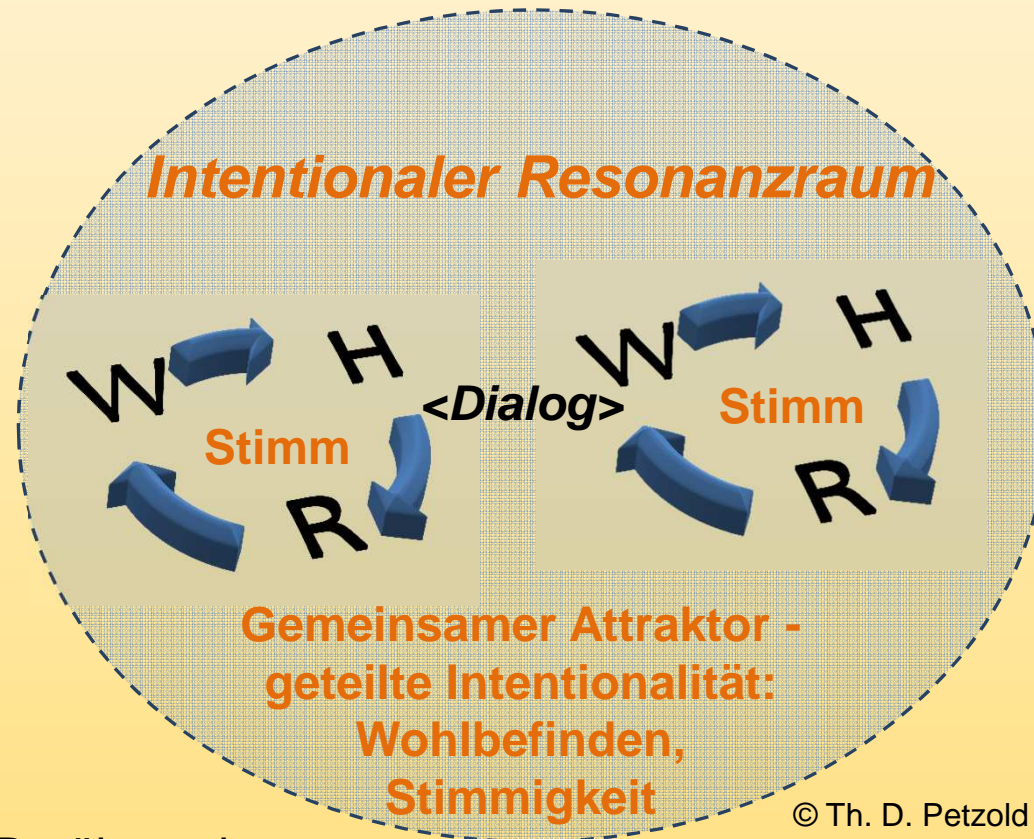
Annäherungsziele (oft implizit)

- Gesundheit
- Lebenswille, Freude
- Selbstbestimmtheit
- Sicherheit, Vertrauen, Mut
- Handlungsfähigkeit
- Wohlbefinden
- Zugehörigkeitsgefühl
- Lösen von Problemen

Abwendungsziele (wie Warnlampen)

- Krankheit
- Resignation
- Ungute Abhängigkeit
- Angst
- Unfähigkeit, Lähmung
- Schmerz
- Isolation
- Probleme haben

Dialog schafft einen Resonanzraum



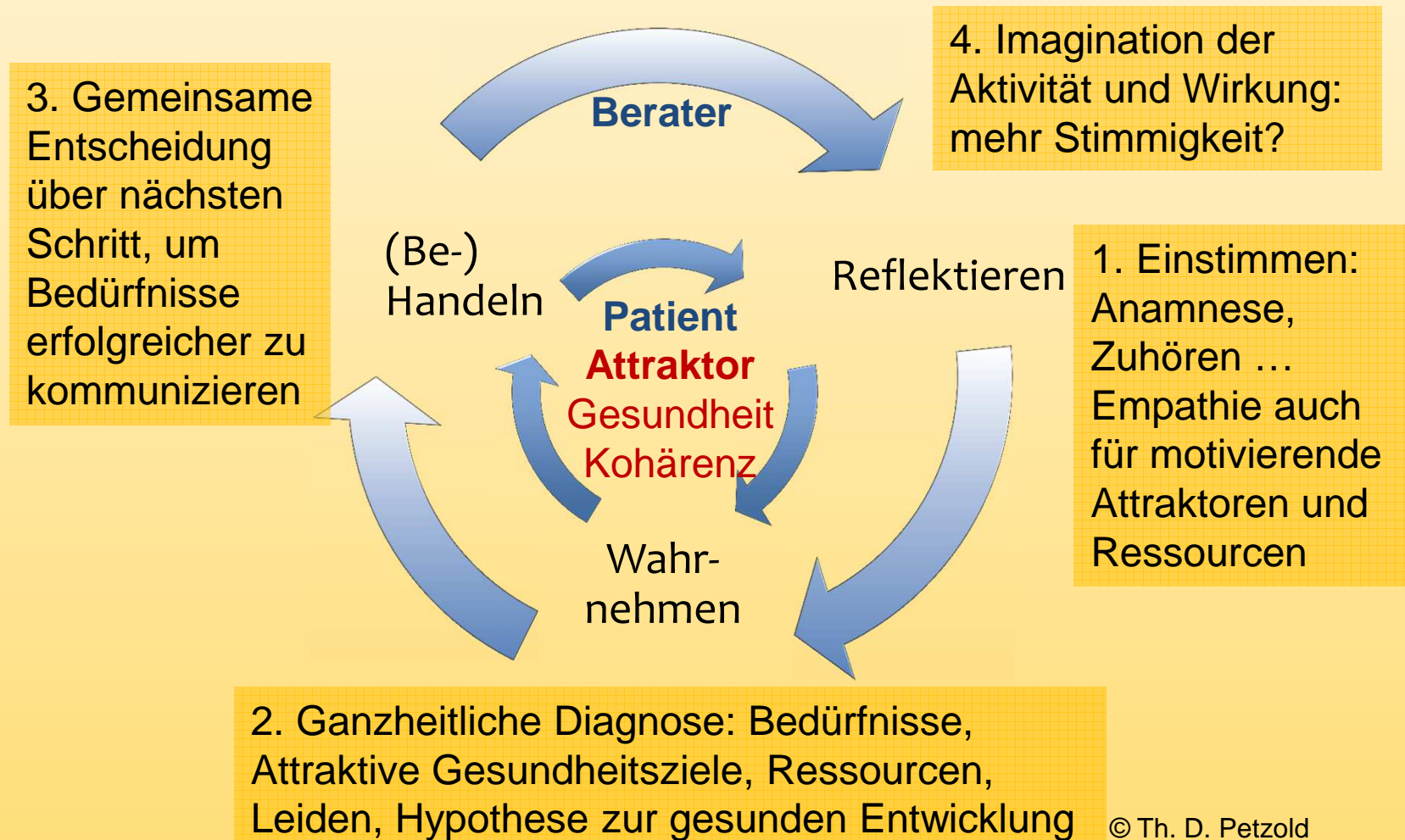
R = Reflektieren

W = Wahrnehmen / Berührt-sein

H = Handeln

Stimm = Attraktor Stimmigkeit

Patient und begleitender Helfer im Dialog



Menschen entwickeln sich gesund, wenn sie ihrem Gefühl von Stimmigkeit folgen.

Salutogene Kommunikation

Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

„Konsistenzregulation findet ganz überwiegend unbewusst statt und durchzieht so sehr das ganze psychische Geschehen, dass es angemessen erscheint, von einem obersten oder pervasiven Regulationsprinzip im psychischen Geschehen zu sprechen.“

Grawe, Klaus: Neuropsychotherapie (2004) S. 190-191



www.gesunde-entwicklung.de
www.salutogenese-zentrum.de
www.salutogenese-dachverband.de